

## 島ごはん

島の珍味と前菜いろいろ

島サザエのツボ焼き

揚げカンコロと無花果の白酢和え

島豚の焼豚

生節とキュウリのサラダ

カマスのみりん干し

造 島魚秋の姿造り

魚 本日鮮魚の五島灘蒸し木の子の香り

肉 やわらかく炊いた五島牛のグリル

里芋のお焼きと

飯 ミルキー米、吸い物、漬物

甘 本日の甘味



# 島ごはん

## 前菜と島の珍味

島サザエのツボ焼き

揚げカンコロと無花果の白酢和え

島豚の焼豚

生節とキュウリのサラダ

里芋のお焼き

秋カマスのみりん干し

## 造 島魚の姿造り

魚 本日鮮魚の五島灘蒸し

肉 五島牛ロースと旬松茸のすき焼き

飯 秋の炊き込みご飯、吸い物、香物

甘 本日の甘味

